

Ál Cano Santana y colaboradoras¹
al@blogmail.cc

Se permite el uso, la copia, la modificación y la distribución de esta obra siempre y cuando se cite a las autoras y esta nota se mantenga. Doble licencia por la GNU FDL² y la Creative Commons Atribución – Compartir Igual³.

La metodología de las producciones narrativas para poder entender fenómenos: la investigación en pro-anorexia

Dirección electrónica de este documento (ampliado):

[http://es.blogxpopuli.org/wiki/Modificaciones corporales y procesos de postmodernización:
anorexia, embarazo, transexualidad y discapacidad](http://es.blogxpopuli.org/wiki/Modificaciones_corporales_y_procesos_de_postmodernización:_anorexia,_embarazo,_transexualidad_y_discapacidad)

El cuerpo, en tanto que expresión del campo cultural en el que se sitúa, es una superficie en donde se aprecian las tensiones, alianzas y resistencias que se generan en la interacción de instituciones, discursos, prácticas y tecnologías, y que revierten en la fabricación de un tipo particular de corporeidad. Para explorar la forma en que el cuerpo se fabrica culturalmente en y a partir de estos elementos, en el marco de esta investigación se han escogido cuatro modificaciones corporales caracterizadas por la disparidad de elementos ensamblados: transexualidad, embarazo, discapacidad y anorexia. En el presente texto profundizaremos en esta última modificación corporal desde un discurso contra-hegemónico como es el de la pro-anorexia.

El método de la producción narrativa nos permite abordar este discurso y nos permite pensar sobre aspectos de la corporeidad como: naturalidad frente a proyecto socio-personal; salud frente a enfermedad; control sobre el cuerpo frente a control del cuerpo.

A partir de los elementos subyacentes a estas modificaciones corporales, reflexionaremos sobre la forma en que la institución médica ejerce control sobre las modificaciones corporales; la forma en que el género se torna maleable; la importancia

¹ Este texto lo han escrito múltiples voces. La práctica de la llamada generación de conocimiento nunca es una práctica individual, por más que las [lógicas capitalistas que operan en los lugares académicos](#) así lo exijan. La creación es siempre una práctica en la que intervienen diversos [actantes](#), la creación de este texto ha sido llevada a cabo de este modo, como no pudiera haber sido de otro y pretende reivindicarse como acto político buscando que tanto la producción como el acceso colectivo al conocimiento provea de más libertades a las personas de manera que pueda ser una base para una sociedad más justa.

² <http://www.gnu.org/copyleft/fdl.html>

³ <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/2.5/es/>

de la tecnología; las implicaciones que la aceptación de la diferencia tiene para la convivencia social; y el papel del deseo en la conformación de un cierto proyecto personal.

Introducción y método

Se ha partido de dos tipos de material cultural para explorar la producción de corporeidades: la producción de narrativas y la búsqueda de expresiones culturales en internet que cuestionen las formas dominantes de comprensión de la corporeidad. Ahondaremos brevemente en el método de producción de narrativas.

Siguiendo la perspectiva desarrollada por Law (2001), creemos que las subjetividades se producen en la articulación entre elementos semióticos y materiales –artefactos tecnológicos hechos científicos, acciones, personas, textos y símbolos– en un momento y un lugar específicos. Esa articulación no es fija, sino que sólo permite fijaciones temporales, lo que nos lleva a aceptar que las subjetividades son también parciales y múltiples. Por tal motivo, solo podemos entender las subjetividades a partir de la focalización en especificidades: anorexia, embarazo, transexualidad, discapacidad. En este sentido, las narrativas son relatos de personas que viven o han vivido estas modificaciones corporales.

Las narrativas permiten extraer información sobre las vivencias de una persona con relación a una temática previamente establecida como objeto de estudio. Para ello se elabora un guión orientativo sobre el filo que deseamos que siga tal narración. A diferencia de otras metodologías de extracción de información, las narrativas requieren más de una sesión de contacto con la persona informante. Estas sesiones sirven para aclarar y ampliar la información obtenida, de manera que el informante corrobora la información transmitida previamente, modificando, cuestionando o asintiendo la manera en que esta ha sido entendida por el informado.

El método de las narrativas parte de la crítica a la idea de "dar voz", que presupone que las voces pueden extraerse de quienes carecen de poder. En cambio, creemos que estas "voces" no tienen una existencia anterior ni son un reflejo ni una representación de la realidad. Sostenemos, siguiendo a Moser y Law (1998), que <<estas "voces" son, como las experiencias, productos culturales y construcciones políticas>> (1998: 3)

Por otro lado, el hablar de "voces" puede circunscribir el análisis a un nivel exclusivamente discursivo, dejando de lado los elementos materiales que, junto a los semióticos, intervienen en los procesos de articulación de las subjetividades.

En tal sentido, la producción narrativa:

- Se realiza a partir de situaciones cotidianas de la vida diaria de las personas, grupos o sociedades.
- El objetivo del investigador es lograr una visión global e integrada del contexto del objeto de estudio mediante análisis de su propia lógica interna, sus ordenaciones y sus normas explícitas/implícitas.
- El investigador intenta recoger la creación de sentido de los actores "desde dentro", mediante un proceso de profunda atención, de comprensión empática y de ruptura con las preconcepciones sobre los tópicos de discusión.
- Un trabajo fundamental es el de comprender las formas en que las personas en situaciones particulares comprenden, narran y actúan sus situaciones cotidianas.

A partir de este posicionamiento dentro del dato cualitativo, es necesario resaltar que la metodología cualitativa utilizada en este estudio no pretende aceptar o negar unas hipótesis concretas ya consolidadas a partir de estudios cuantitativos, sino que lo que pretende es explorar los discursos de los informantes privilegiados. La exploración de estos discursos no quiere cerrar unas hipótesis concretas, sino que lo que busca es generar hipótesis futuras y nuevas líneas de trabajo.

Mi moda de la esbeltez⁴

Erika

Me siento fatal, sin ánimo, enojada. No he dormido bien, las pastillas son fuertes y mi estómago reclama algo. A las 5 comienzo a trabajar y no puedo ir así.

10 fabulosos y excelentes días de ayuno

De las 6:00 a las 13:00 hrs. no puedes comer nada, de las 13:00 a las 19:00 sólo puedes tomar jugos sin edulcorantes y de toronja (pomelo), zanahoria o naranja. Se complementa con Redotex NF, una al día. Mezcladas con Senokot⁵. Mi último record: llevo 10 días así. Mi nuevo reto: hacer ejercicio por 4 horas ininterrumpidas diarias sin alimentos a menos que sean jugos.

Después de los diez días o más se sigue una dieta de 400 calorías al día por un mes para evitar subir los kilos perdidos durante el ayuno, posteriormente se aumentan las calorías gradualmente sin exceder las 800 calorías al día.

Actualmente hay mil dietas para todos los gustos y los ayunos ya casi no se manejan a menos que tengas una mega urgencia, pero nadie se olvida de lo buenísimos que son.

Me llamo Erika, tengo 17 años y llevo un año y medio viviendo así; es mi estilo de vida. No me considero la mujer más bella del mundo pero sí me considero algo diferente, tal vez eso hace que las personas me tomen como extraña. Mido 168 cm y peso..., en este momento, 47kg (mi peso varia mucho así que por eso digo "en este momento"). Soy de México y actualmente estudio la educación media superior. Soy algo nerviosa, me gusta el control, la tranquilidad y el orden. No me considero compulsiva ni agresiva; como trato me tratan y no tengo problemas con la gente. Me gusta estar delgada, llegar a ser

⁴ Copyright Erika & Ál. Se permite la copia literal, la traducción y la distribución por cualquier medio no comercial siempre que esta nota se mantenga.

⁵ El Redotex es un diurético poco comercial y muy difícil de conseguir y el Senokot es un laxante efectivo de bajo costo y muy comercial.

mi cuerpo perfecto. No uso ropa pegada, me da muchísima pena. Suelo caer en depresión constantemente pero procuro no causar un escándalo, "mi mundo se vendría abajo". No me gusta que me insulten ni me ofendan por mi físico.

Medios de comunicación

Los diseñadores, las revistas y la televisión nos ha llevado a considerar el cuerpo como algo fundamental para subsistir en esta asquerosa sociedad, se convive con ellos, así que ellos te hunden o te salvan. El ver casi 6 de 10 comerciales en la TV hablar de dietas, productos para adelgazar o productos light se te hace subliminal: "si no estas delgada... no vales" y en realidad así es. Uno define sus actitudes en relación a la sociedad, luego te intentan "curar", pero mientras no se cambie eso no cambias nada. La sociedad tiene la culpa de todo, sí, ellos nos imponen modas, el estereotipo que se ve día a día en la TV es el de mujeres delgadas y por lo tanto inteligentes. Nos imponen ese estilo de vida, no sé por qué luego dicen que uno se lo busca, al contrario la sociedad te da un estereotipo de vida que si no adoptas, no sobresales. Te enseña que si no eres delgada no vales en este mundo y estás muerta socialmente. Yo he aprendido que la mujer es cosa de admiración, bueno, siempre se le ha catalogado así pero... ¿puedes admirar a una persona gorda? no lo creo, entonces de verdad tienes que hacer algo con tu cuerpo y tu mente para que tengan algo que admirar.

La familia

Cuando mis padres se separaron mi mundo se cayó. Algo estaba haciendo mal... ¿mi cuerpo? ¡Ah!, sí, esa era la causa. Estaba gorda y esa fue la razón de que ellos se divorciarán: se avergonzaban de mí.

Mi padre viajaba mucho, engañó a mi madre muchas veces y le echaba en cara lo gorda y descuidada que mi madre era... yo estaba igual de gorda que ella, pero cuando bajé de peso mi padre siempre le reclamaba algo y fue cuando me pusieron atención y comenzaron a pelearse, pero en un abrir y cerrar de ojos se fue y nos dejó. Yo era la culpable, yo era igual que mi madre gorda, y las dos no hicimos nada para conservarlo. Ahora me veo en el espejo todos los días y veo la misma historia y el mismo cuerpo. Pude haber hecho algo... pude ser delgada, pero seis meses pasaron y

ya era tarde.

Yo era gorda y fea, él se avergonzaba de estar con nosotras y cuando alguien llega a ofrecerme "felicidad" no pude decir no, pero el precio es caro y el dolor, también.

El trabajo

Entonces es cuando conocí a César, él fue el mejor amigo que he tenido. No recuerdo bien cómo lo conocí, creo que fue en un antro donde bailando comenzamos a platicar,... ¡el típico ligue! Pero me intereso mucho en las cosas que él trabaja, sólo que supo como darme a entender al final de la noche que si quería estar en su grupo tenía que bajar y reducir mis tallas, así como cambiar varios modales y la forma de hablar que tenía. Quería hacer una nueva Erika, a él le servía sólo la cara, el cuerpo era algo fácil de cambiar (según decía). Me dejó una tarjeta... y lo llamé. Pasaron dos meses sin saber de él y un enero me llamó diciéndome que necesitaba "una más" y le dije sí, que estaba dispuesta. Me llevó a una casa donde había varias chicas de todas las edades. Físicamente éramos distintas: había delgadas, gordas, obesas... de todo. Era como un *casting*... Me tomaron medidas y fotos lejos y cerca de mi cara, me daban vueltas. Tenía como a veinte tipos alrededor diciéndome ríe, voltea, seria, agachada,... Así era una por una. Al salir muchas estaban tristes porque las habían criticado y tratado como animales o bichos raros (solo solté una carcajada). De todas, Samantha y yo fuimos las únicas que regresamos a ese lugar... a Samantha no le gustó el ambiente que había, ahora solo quedo yo.

El tiempo pasó y veía a mil chicas desfilando por encima de mí. A mí me tenían en preparación... al paso de tres meses, ya había quitado más de la mitad de los alimentos que habitualmente comía sustituyéndolos por otros... después ya había descartado muchos alimentos (leche, mantequilla, pan, grasa, dulces, pasteles, algunas verduras) y comencé a quitarlos y quitarlos hasta que solo eran tres cosas mi pirámide nutricional: agua, laxantes y manzanas). No existía otra cosa más que eso, viví así por muchos meses hasta que me consideraron capaz para ser una imagen pública y un modelo más. Conocía más gente, las chicas que veía ya eran como yo y no las veía más alto, éramos iguales. César me decía: "¿ves lo bien que te va sólo por quitar alimentos engordativos?". Pero a veces la ansiedad puede más que tú y comí mucho y

recurrí a vomitar; no lo hago muy seguido, solo en casos extremos. César podía entrar al baño de mujeres y ver qué hacíamos. El vomitar o llorar era de verse en todos los baños y él me enseñaba cómo hacerlo "sin dejar huella" o lastimarme, o me medía y me pesaba diciéndome "¡ay!, quita las zanahorias" o algo así. Después comenzó a caerme muy mal, lo llegué a odiar, pero no puedo hacerlo. Si no lo hubiera conocido nunca tendría nada, me dio medicamentos y ejercicios para tratarme en momentos de desesperación. Fue mi apoyo, mi amigo, mi único amigo en ese entonces. Cuando él vio que su labor había dado fruto, me dejó sola. Pensé que nunca podría hacer nada sin él pero estaba equivocada. Me metió tanto en esto que ni yo podía salir, nadie podía sacarme. Él siguió con su trabajo (hacer anoréxicas, pienso yo. ¿De qué otra forma se le puede llamar a su trabajo? Ja, ja, ja, ja, ja.) Después empecé yo sola a cuidarme, ya era una de las otras, así que ahora ellas eran mi apoyo.

La gimnasia la he practicado siempre, por años enteros y por años enteros la he dejado, es una alternativa de bajar de peso, "no puedes volar con un montón de grasa a los lados" eso escuchaba siempre y me di cuenta que este maldito mundo esta lleno de porquería.... en un abrir y cerrar de ojos me veía envuelta en un montón de superficiales, por que hasta ese momento las personas que había conocido querían un cuerpo más y más delgado: "hacemos nuestro arte en ustedes". César me hizo a su imagen, y mi entrenador también. Te crean. Con César aprendía a comer, a caminar, a bailar, a hablar diferente. Con mi entrenador aprendí a volar sin grasa en mi cuerpo, nunca he considerado la gimnasia como mi más preciado tesoro, para mi, el estar parada haciendo o mostrando algún vestido con elegantes movimientos: eso. Me mata, es mi delirio en mi vida, el ejercicio es solo como en mi tiempo libre, me gusta ver volar a la gente por sí sola.

Yo estoy acostumbrada a que la gente me vea. Mi trabajo no es cosa fácil y, por así decirlo vivo de mí. no sé ni como caí y aun pienso que puedo controlarme, bueno, en mi caso nunca he sido muy delgada y cada vez que veía un anuncio en la tele imaginaba lo bien que me vería en ella, no fue nada fácil conseguir las cosas que tengo y por eso me rehúso a dejarlas. Con tu cuerpo consigues respeto, amistades, lujos... cosas que por ti sola nunca llegarías a tener. Le agradezco César que me enseñara

todo lo que sé. Él me decía que hay dos maneras de llegar aquí: Sexo o cuerpo. Fácil, ¿no? Y preferí la segunda, él me enseñó a no comer, a saber caminar, a reírme, a bailar,... él me creó. Luego pude yo sola. En el ambiente hay muchas como yo, son mi familia. Comencé por hacer dietas, ejercicios y ayunos, ¡son lo mejor! Sin darme cuenta bajé y bajé y sigo bajando.

Mi trabajo me ha hecho saber que el cuerpo lo es todo. Tengo dinero, atención, la gente me ve, y todo ¿por qué? ¿Porque camino bien? ¿Porque hablo bien? Ja, ja, ja, no. Porque mi cuerpo es delgado. Solo por eso. En mi trabajo no necesitas ser un erudito en alguna materia o una persona que ha leído mil libros y está llena de cultura. Los empresarios te ven (de hecho no te piden otra cosa mas que fotos tuyas de cuerpo y cara completa de diferentes ángulos) y si les gustas te contratan. Mi cuerpo es todo para mí. He ganado por él y si lo descuido... hay miles que llevan un estilo de vida como yo dispuestas a quitar empleos y bases. Eso significaría mi fracaso, mi derrota. No puedo dejar que unas lleguen en mi lugar, no puedo dejar que me pasen como si nada. Es mi trabajo y me gusta y quiero conservar mi cuerpo así delgado. Adopto la frase de "matar antes de perder la línea". Esa persona es mi inspiración y esa frase lo dice todo

¡Mi trabajo lo es todo! y trabajo de eso por que una persona pensó que podría llegar a ser alguien y no una más de su empresa, yo no pensaba en trabajar de mí, me ofrecieron eso, fama, dinero,... sin esfuerzo, ¿que más podía pedir? Todo llegó. Pero al ver que una vez dentro era difícil saber. Mi preocupación por mí comenzó a ser más importante. El ver a mujeres de 30 años más delgadas que yo se convirtió en centro de admiración. No podía creer que una persona más grande que yo estuviera por debajo de mi peso ideal (según creía) poco a poco quitaba alimentos engordativos. Y mientras más quitaba mis ingresos aumentaban y mi fama en el grupo también, así que sin darme cuenta me metí más y más hasta que se volvió en algo que tenía que pensar todos los días.

Por nada del mundo dejaría este trabajo, me ha dado muchas cosas por nada, casi por nada. No hay mejor empleo que este. Mi trabajo es diferente, ganas bien, no haces mucho y ganas fama, si sigo así pronto llegaré a ser alguien.

La presión social es igual aquí y en todas partes. ¿Quién pone modas?, ¿estereotipos?, ¿preferencias? Tal vez no sea directamente pero influye muchísimo, además cuando la adoptas (el caso que sea) es ahí cuando se hace parte de ti, cuando ya no depende de nadie ni de nada, solo de ti. Hay 5 de cada 10 mujeres en el mismo estado y la cifra aumenta. ¿Los médicos creen que pueden acabar con esto? Ja, ja, ja, ja. No lo creo, pronto adoptarán este nuevo estilo de vida como uno más que forma parte de su sociedad.

Estilo de vida y Mujeres y hombres

Estilo de vida

Mi concepto de vida es (si no muero antes, claro está) continuar bajando de peso hasta llegar a un peso que me haga sentir satisfecha, seguir estudiando, llegar a casarme con un hombre que me ame. Necesito a alguien importante para mí mucho más tiempo que solo un momento. Necesito que alguien pueda ofrecerme algo más y no solo un momento de felicidad. Quiero a una pareja que sea mi amigo, mi ayuda, mi apoyo. Poder sentir en una parte de mí esa felicidad de salir un día a la calle y decir "¡Wow! he pasado la noche mas sexy de mi vida con el hombre que amo". ¿Por qué precisamente con el hombre que amo? Por que no se trata de satisfacer necesidades físicas solamente, sino también hay necesidades sentimentales de por medio que tal vez, esas sean las que mas valen.

Me hace mucha ilusión tener hijos, pensar: "¡dentro de poco tendré un hijo!" Porque, como mujer, ver algo que está en ti y nace de ti tal vez es lo mejor que hay. Para un hombre sólo son problemas. Hay unos que tienen el corazón tan duro y son tan egoístas... ¿Por qué siempre las mujeres tenemos que llevar toda la carga? Es chistoso escuchar: "cuida a TUS HIJOS" ¿Tus hijos? ¿Acaso solo son míos? Yo no quiero tenerlos hasta, por lo menos, dos años de casada. No me quiero embarazar y que, al año, mi marido no aguante mis traumas, por eso es importante que sea una persona realmente compatible conmigo, alguien que tal vez no critique mi estilo de vida y que mucho menos trate de cambiarlo.

Cuando me embarace no quiero pesar mucho, de hecho le tengo terror a un embarazo. (¡Imaginaros un palo con una bola en el centro! Ja, ja, ja). Y quiero tener

solo un hijo sin perder mi peso ni mis tallas de joven, quiero tener nietos y no negarles a mis hijos el privilegio de comer. Pero tampoco quiero ser gorda y que mis hijos sientan que me he descuidado por nada. Además mi esposo se sentirá satisfecho de que siempre fue la misma con la que se casó y que así seré siempre, a menos que un buen psic. me haga cambiar de pensar y entonces mis planes cambiarían, pero dudo mucho de las cosas que ellos puedan decirme, así que eso no me preocupa.

Mujeres y hombres

El peso (un exceso de peso aumenta la masa muscular, por lo tanto te ves gorda y viceversa) tiene mucho que ver en la relación de las mujeres hacia los hombres y de los hombres hacia las mujeres. Es la primera imagen que das y aunque sea por un momento, así catalogas a las personas. "Como te ven, te tratan". Si yo estoy gorda, la gente me catalogará como común. En cambio, si tengo buen cuerpo, me sacará de común para catalogarme más que eso.

La mujer es cosa de admirarse tanto física como mentalmente y su desarrollo en la sociedad. En cambio, los hombres tienen una actitud machista y dominante: son los que pueden engordar y tratarnos como inferiores. Ellos no tienen que preocuparse por su físico, mientras tengan a una mujer bella que OTROS admiren, les basta. A veces son unos cerdos deseando la mujer de su mejor amigo, pero no hay nadie sino solo nosotras las que dejamos que todo eso pase. Somos como su orgullo, somos algo que pueden ver, tocar y dejar como un objeto. Es por eso por lo que ellos no tienen que preocuparse por su físico. ¡Y, realmente, no se preocupan por él! ¿Cuántos hombres conocemos que quieran dar una mejor apariencia, "como de televisión"? Las mujeres sí tenemos que preocuparnos, tenemos que ser algo que vaya más allá. Los hombres nos ven como algo admirable pero a la vez como algo denigrante y eso es una lástima. Ellos solo ven el físico en primera instancia, la mente viene después, según ellos.

Un hombre realmente gordo se ve, en mi opinión, asqueroso. No hay estética ni vanidad y, mucho menos, cuidado hacia la misma persona, ¡no hay atractivo! Sin embargo, hay personas (ya sean hombres o mujeres) que tienen el cuerpo perfecto pero el cerebro vacío; no saben de qué hablar. No piensan acerca de sí. Se tiene que desarrollar ambas partes: la física y la mental. Solo así se consiguen cosas inigualables, entre ellas, la felicidad.

Hay hombres anoréxicos. He conocido algunos, son muy pocos pero los hay, y de verdad tienen una manera de pensar hacia la mujer admirable. Son como mujeres hablando, piensan igual y se convive muy bien con ellos. Además, poco a poco, llegarán a igualarnos en proporción y seremos una sociedad más y estará nivelado todo.

Gorda

Gorda para mí es una persona que sobrepasa los 53 kilos con 165cm y que come cinco veces al día sin medir lo que hace; que come porquerías, que escucha la palabra "gordita" por el resto de su vida y mide su trasero para ver si cabrá en un asiento del metro; que, año con año, espera subir una talla; y cuando esa persona se case, espera subir 30 kilos por embarazo y continuar así por el resto de su vidas llegando a... divorcio porque su marido le reclama que no es la mujer con la que se casó y esa persona se da cuenta muy tarde que lo ha perdido todo por, ¡por GORDA! Es el concepto de vida que todos tienen.

Yo he construido mi cuerpo

Yo he construido mi cuerpo, nadie lo toca más que yo, nadie le dice qué hacer más que yo. Ha sido difícil, me he hecho muy dura con él, antes pensaba que era bueno consentirlo un día a la semana pero, aunque dio resultado las primeras veces, luego se acostumbró a pedir cosas que no debía y tenía que castigarlo hasta que ya no pidió más consentimientos. Mi cuerpo tiene que entender que la que manda soy yo. Él tiene la obligación de no pedirme de comer y para eso tengo que acostumbrarlo. No puedo dejar que suba de peso ni que se salga una bola de grasa por los lados. No puedo dejar que aumente un gramo. Me muero cada vez que aumento un gramo o kilo, me castigo. Lo mato de hambre y de ejercicio.

Mi cavidad estomacal es tan pequeña como el puño de mi mano y me siento orgullosa de hacerlo así, sólo me enoja con él cuando se "estanca", es lo peor pero te acostumbras. Estancarse es cuando no bajas nada. Así dejes de comer no se mueve ni para arriba ni para abajo y es muy molesto, suele durar un mes o más pero es ese momento hago un plan de dieta, eso para mí es comer, suelo comer una manzana al

día, un vaso de jugo de fruta, y una rodaja de carne. Eso le ayuda a que no me muera "tan pronto" de hambre (aunque moriré antes que cualquier chica de mi edad pero eso no es mi principal preocupación) y así, cuando mi periodo de estancamiento pasa, quito el plan de dieta y continúo como siempre: "agua y pan tostado".

Webs Pro-Ana

Hay chicas de diferentes culturas y países, estamos un grupo de pro-anorexia. Somos aliadas del mismo pesar, sentir y vivir. Unas van, otras entran. Mi correo por eso se satura tanto... cada día recibo mil consejos de cómo puedo bajar, unos ya bastantes conocidos y otros algo raros, así como mil apoyos de ellas, son geniales.

Hay gente de grupos que sólo entra por curiosidad y se la pasa diciéndote mil cosas, pero la mayoría escribe lo que come y las calorías en total que comió ese día. Así, unas a otras modificamos las dietas de todas y nos damos consejos y tips. Por ejemplo yo les di el tip de algunas dietas y las pastillas y ellas me dieron dietas buenísimas. A veces unas mandan fotos y las criticamos y no se enojan. Por ejemplo, con las fotos que mandan hacemos un fotomontaje con otras de modelos y las enviamos diciéndoles lo bien que se verían si siguen sin comer, eso las anima. O también mandamos fotos de gordas preguntándoles si así quieren verse.

Eso es en cuanto a grupos, en lo que refiere a las páginas es difícil encontrarlas, están perseguidas. Las de Ana o Mia⁶ a veces tienen contraseña y tienes que pedirías directamente y según vean ellas te dan una o no. Aunque una vez que ellas ven tu apoyo a las páginas las puertas se abren a un mundo nuevo. Ya no te piden contraseñas y cualquier cosa. Te envían un mail para preguntar. A veces nos contactamos por el chat de las páginas y es muy padre por que hay gente de todos lados también, una página te lleva a otra y ay... nunca te alcanza el tiempo para verlas todas. ¿Fotos? ¡Uf!, hay miles de artistas, de las integrantes, de modelos... las más habituales son las de Kate Moss y la vocalista de los Carpenter. A veces pasan pedazos de la película de los Carpenter especialmente donde hace las trampas, así tu las adquieres como tuyas. También hay reglas. Si le dices a alguien la contraseña de una página y se dan cuenta que no está registrada a ti te cierran todo el acceso a ellas.

⁶ Apodo que se le da a Anorexia y a Bulimia.

Ahora también hay páginas en español pero apenas están en construcción.

La mejor es *blue dragonfly* se puede decir que es la torre de todas, esa te lleva a otras mejores.

Matar antes de perder la línea

Mi cuerpo me ha dado mucho valor. "Matar antes de perder la línea", escucho eso todos los días. Eso lo dice una amiga que lleva años en esto, nos ayuda mucho. Ella abortó dos veces porque creía que el embarazo la engordaría y la pondría fea y gorda. Es horrible pero la entiendo. Ahora no puede tener hijos y no se arrepiente. Es una mujer admirable, de 30 años soltera. Quisiera tener su cuerpo. Ella me ayuda a bajar de peso y a mantener mi trabajo. Bajar de peso no es fácil y el estar delgada me hace conservar mi trabajo. Ella me ayuda cuando no está ocupada, me empezó a ayudar después de que se fuera César, Cuando él se fue tenía trabajo, atención familiar y respeto de la gente. Él se fue pero pude hacerlo sola después. Tenía miedo, le debo mucho.

Ahora me veo en el espejo día a día y veo la misma persona de siempre solo que un poco más demacrada (el maquillaje hace mucho) me veo cansada, ojerosa, aburrida... y triste? No lo sé, pero mi cuerpo para mi no ha cambiado mucho cuando estoy en un espejo veo mi persona, mis sentimientos, mi estima y mi corazón... muy abajo pero soy fuerte por que un día, tal vez nunca, llegue a ser feliz y si muero, moriré contenta y delgada.

Las cosas que he vivido han formado un carácter muy firme y no muy fácil de remover. Tengo un estilo de vida muy propio, éste me ha hecho ver las cosas diferentes pero no vivo anormalmente, soy como cualquier persona: siento, como, pienso, razono... tal vez no al par con la sociedad y por eso tratan de no hacer notar mi presencia y mi estilo de vida tachándola de "vida enferma". El ser como soy, me hace sentir diferente, especial, tal vez muy especial, pero la sociedad nos critica solo por eso, por ser diferentes y no se dan cuenta de que nos hunden más... Quieren ayudar? Mejor no se metan, no hay mucho por hacer.

Por la mañana una cucharada de yogur light natural con una fresa, comí (15:00) dos ciruelas y cenaré (18:00) un gajo de pomelo. Y llevo tres litros de agua. Mi amiga solo come cuatro hojas de lechuga en todo el día. Me fui a trabajar, cosa que estuvo peor. Me cansé mucho y todavía tengo que hacer tarea. La ropa casi no me queda, me iba estrecha y comenzaron a criticarme. La ropa la mandan hacer de talla 4 o 2 y ahora soy 5⁷.

Tecnología

Mi madre dice que ella no me paga lujos y que si los quiero que me los pague, así que tengo que pagarme mis cosas, ropa, zapatos. Así que si no trabajara ¿quién me compraría mis pastillas y mis tratamientos? Mi ropa, mis labiales⁸, mis salidas, mis manicuras, mis cortes de cabello, mis accesorios, mis esmaltes, mis limas, mi comida de dieta, que no es barata. Mi madre solo compra su comida, pero como yo no como porquerías me compro yo la mía.

Ciencia aplicada a la tecnología de alimentos

¿Qué haría uno sin la tecnología? Si no hubiera tecnología el índice de muerte por trastornos alimentarios sería bastante más alto. Juega un papel muy importante, te ayuda a salvarte cuando estás internada y te ayuda a bajar cuando estás bien, hay miles de diuréticos y pastillas para bajar de peso. Realmente nos ayuda mucho porque liberan toxinas y queman calorías aún sin hacer esfuerzo alguno. Aunque a veces te

⁷ Tallas mexicanas.

⁸ Pintalabios

mandan directito al hospital con dolores realmente fatales. Se han inventado cosas estúpidas y otras muy buenas, a veces me pregunto: ¿por qué hay personas con tanta inteligencia? Todas las personas relacionadas con la ciencia disfrutan menos su vida, se preocupan por salvar vidas con extraordinarios medicamentos. ¿Pero se han preocupado por inventar algo que los haga felices? Ellos tal vez nunca han probado un poquito de felicidad, entonces ¿Por qué darla a otros? Si tu no eres feliz no trates de ayudar a otros, preocúpate por ti.

Yo adopto la ciencia aplicada a la tecnología, en especial a la farmacología. Ha hecho mucho por mí, no considero que sea mi principal soporte, el mío es la confianza en mí. La ciencia me ayuda pero no es indispensable, tomo muchos medicamentos y me han matado pero me han salvado a la vez, administrados bien son excelentes, son como un auxiliar en tu meta. Los hay de todos: fuertes sin efectos secundarios y suaves con efectos tremendos. Es muy fácil comprar los medicamentos. Si sabes la sustancia activa del mismo los complementas con otros y haces tú mismo el medicamento. Hay algunos por ejemplo que son muy caros y solo contienen 5 o 10 pastillas pero esas son las más efectivas. Creo que esa es la rama de la ciencia que me interesa. La aplicada a los medicamentos, creo que se llama "ciencia aplicada a la tecnología de alimentos" . Todos los alimentos light están fuertemente tratados. Les quitan lo nutritivo a la comida y eso es genial. La tecnología es nuestra amiga pero los médicos son mi enemigo número 1. Los odio, ellos no saben nada.

Los enfermos son los psic.

He tratado con psic., los enfermos son ellos. No pueden arreglar un problema sin primero ver los de ellos. He conocido mil médicos de diferentes especializaciones: médicos internistas, ginecólogos, terapeutas, psic., nutriólogos, médicos generales,... y ¡todos te dicen lo jodida que estás! Ja, ja, ja, ja, ja. No saben tratarnos, se ponen nerviosos cuando hablan contigo y así, así los manejas, los agarras de su miedo y los controlas hasta que te dejen en paz. A veces logran humillarnos, nos dicen cosas como: "eres un hueso", "¿a qué hombre se le puede antojar alguien así?", "no tienen ni de dónde agarrarte",... ¡Idiotas! nos tratan como inferiores, como animales a los que les puedes poner un plato de comida a la hora que ellos quieran que comas. Se creen lo mejor. Para ellos la mujer sana es medir 165cm y pesar 68 kilos. ¡¿Qué?! ¡Qué asco de tipa! para ellos su mujer es la que tiene una panza del tamaño del mundo justificada por mil cosas... la que come mucho y sanamente, la que no toma medicamentos por precaución... bla, bla, bla,... Los médicos piensan que la anorexia es algo muy difícil, inexplicable, pero un día así tendrán que vernos y pasaremos a ser un estilo de vida.

Me han diagnosticado anorexia y otros bulimarexia. Me han tratado pero no da resultado. Mi trastorno me ha llevado 5 veces al hospital, por eso digo que los médicos sacan sus diagnósticos. Te dan un cuestionario de 5 hojas preguntándote algo similar a: "¿te gusta la perfección?", "¿cuentas calorías todo el tiempo?", "¿te pesas constantemente?", bla, bla, bla,... y así suelen darse cuenta. Y cuando te diagnostican eso parecieras una persona bastante famosa: todos llegan a ofrecerte tratamientos en clínicas desde las más exclusivas hasta las dependientes de gobierno.

Infierno

Es un infierno, entras con un diagnóstico y te obligan a decir cómo te sientes. Como no les digo nada sacan sus propias conclusiones. He estado internada 5 veces: por insuficiencia cardiaca, colitis, anemia, por una jaqueca horrible y por gastritis y apéndice, todas estas, son originadas por la anorexia (según ellos). Me he salvado pero me ha costado. La más difícil fue la última: insuficiencia cardiaca. Es horrible, tu corazón te duele y no respiras fácilmente. Sientes que te ahogas y que no hay nada

que hacer, tu mundo se va por un momento pero no es suficiente escarmiento para dejar lo que haces. Se convierte en muerte. El verte en un espejo sin hablar y con mil tubos en la boca no es nada agradable. Es una de las veces que vi a mi madre llorando, su hija se le iba. Pero aun tengo vida para hacerla pagar por el dolor que me hizo al hacer que mi padre se fuera.

Clínicas contra la vida⁹

Eres un persona que vales para ellos porque mensualmente les darás bastante dinero por "capacitarte". Mi tratamiento costó \$15000.00 pesos mexicanos¹⁰ y nunca lo terminé. Lo más importante ahí es que tú quieras, si no, no vale nada. Es patético, tienes que esconder la comida en hoyos de tu cuarto y taparlos con algo. Cuando van a recoger la charola tiene que estar vacía y revisan debajo de la cama, en tu ropero,... para ver si no la has tirado. Te quitan toda comunicación y hay 20 médicos ayudándote, entre ellos: pediatras (por mi edad), cosmetólogos (la piel se deteriora), médicos generales, nutriólogos (entre ellos especialistas),... pero hay mil hoyos en la pared hechos con un lápiz.

Según un documento de fecha 16 de julio de 2001 se me interna en una clínica por lo que ellos llaman "trastorno psicofisiológico de primer grado, de sub-tipo específico dos o tipo restrictivo-purgativo" con un diagnóstico diferencial de: trastorno de personalidad limítrofe, trastornos por estrés post-traumático, trastorno somatoformes... ¡uf! Es una larga lista. Se me asigna el cuarto 45 donde se supone que compartiré mi privacidad con una más. En la habitación no hay televisión, radio, teléfono, baño, regadera, espejo... solo una cama y un ropero... a las 8:00 se sirve el desayuno, a las 12:00 un aperitivo, alas 14:00 un entremés, a las 17:00 la comida, a las 19:00 la merienda, a las 21:00 la cena y una hora antes de dormir, ¡un aperitivo! ¡Qué asco! Todas son comidas completas, nada de migajas, después de cada comida y especialmente las bulímicas y bulimaréxicas no pueden ir al baño, si vas al baño, te acompaña una enfermera (el baño esta cerrado con llave). Te ponen hacer cosas como tejer o te dan clases en el tiempo libre. No hay ventanas y si las hay están muy altas y

⁹ Este termino surgió cuando yo estaba en una clínica contra modificación del cuerpo. Unas compañeras y yo le pusimos así en vez de "clínicas de vida" por que lo que hacen es matar nuestras ilusiones y deseos. Nuestro estilo de vida....

¹⁰ Más de 1.700 euros.

solo entra la luz. No hay jardines ni una puerta que no tenga un candado. Todas las habitaciones están cerradas por fuera. No hay visitas. Todas las mañanas te pesan, las anoréxicas y bulimaréxicas de espaldas a la pesa y nunca te dicen tu peso (es un trauma). En el comedor siempre hay alguien vigilando y si te tardas más de 20 minutos con un plato, comienzan a decirte cosas. Si partes la comida en trozos muy pequeños (como estamos acostumbradas) te dicen mil cosas más. No puedes tomar agua entre bocado y bocado, siempre revisan las habitaciones de pared en pared para ver si no hay hoyos. Cada vez que aumentas una cierta cantidad de peso te premian, por ejemplo, si en dos meses aumentaste 7 kilos te permiten pasar el día entero en una habitación donde se ve la calle y las nubes y como llevas días encerrada en ese momento se te hace lo mejor y lo único, ver el sol, las nubes y las personas caminando, si sigues aumentando de peso, el segundo premio es una visita a la semana por un familiar tuyo... y así sucesivamente. A mí nunca me fueron a visitar, nunca pude subir tanto. En el comedor sólo miraba el plato y lloraba pero no me lo comía.

Mi compañera y yo éramos las que no teníamos remedio. Nilia estaba peor que yo, media 170cm y pesaba 32 kilos. Era un hueso y la admiraba. Juntas guardábamos la comida y a veces la vomitábamos juntas. Nilia era genial, cuando lográbamos subir aparentemente de peso (nos poníamos trapos húmedos en las mañanas para pesar mas) y nos dejaban subir a ver el sol nos encantábamos y solo nos abrazábamos... hasta que un día... ella se sentía muy mal. Su depresión era tan grande que solo lloraba y siempre me decía que nunca me rindiera y que hiciera que toda la gente se enterara de nuestro sufrimiento, su madre le llevaba una cámara y cinta cada mes. Ella llevaba lo que llama "un diario electrónico". Nos grabamos juntas haciendo de todo, bañándonos, vomitando, escupiendo los medicamentos, en buenos y malos momentos... es todo lo que tengo de ella, una mañana estaba tiesa, sus huesos estaban muy duros, más de lo normal. Se la llevaron y nunca la vi más. Mi mundo se vino abajo otra vez y recaí en depresión. Muchas dicen que ella no murió, que solo tuvo un paro y que la sacaron de la clínica por que su madre decía que yo la había matado o algo así... pero son solo historias.. ella ya no está.

Cuando Nilia salió de la clínica (no viva) el sistema de reglas cambió un poco en ese lugar. Culpaban a la rectora por mal cuidado, así que mandaron un nuevo psic. y

nos examinó nuevamente y él decidía quién salía y quién no, así fue como yo salí y regresé a mi mundo. Fue una experiencia que yo creo no me tocaba vivir, sentía que mil cosas se me venían juntas y no sabía cuál era más importante. Así me elegí a mí. Nilia me decía siempre "no llores al sol, porque las lágrimas no te dejarán ver las estrellas" y eso me ayuda... nunca dejes que te venza algo más pequeño que tú... ¿un problema? Ja, ja, ja. Así como llegó se irá.

Las clínicas creen que con sus dos tratamientos por año te salvarás pero de las 30 enfermas 8 salen muertas, 14 aparentemente curadas y el resto, de donde me incluyo yo, salen porque no hay nada que hacer, porque no cambiamos de actitud. Esas clínicas cobran \$25000.00 pesos mexicanos¹¹ por tratamiento. Es un dineral, son clínicas de fraude y con lucro. Esperan que tu regreses al menos 4 veces más...

Se dieron cuenta de mi enfermedad la tercera vez que ingresé en el hospital: por colitis, mi intestino se acostumbró a los enemas y laxantes, así que respondió así. Soy una menor de edad, mi madre decidía. Al internarme mi custodia pasa a manos de médicos y no a la de mi madre y si ellos deciden. Si estoy bien, salgo. En el hospital no hay cómo escapar pero sí cómo vomitar y continuar mi vida.

Nos llaman enfermas

No lo estoy, pero me llaman, nos llaman enfermas, pero ¿quién sabe qué sentimos? Todo el mundo dice: "tú te lo buscaste" pero yo no pedí estar así. No, nadie sabe lo que se siente hasta que te domina por completo. Yo pedía que la gente me quisiera, incluso mi familia y, si ese era el precio, en un principio parecía estar bien. Ahora el precio de las cosas subió y no sé cómo pagar. La alimento con sacrificios, con castigos, pero nunca está contenta. Siempre pide más, pero disfruto al ver a mis padres preocuparse por mí. Nunca lo estuvieron, así que lo disfruto. Se divorciaron y ahora los odio. Nunca pensaron en mí, por eso ahora que muera no pensaré en ellos. No es fácil, a veces quiero terminar con esto pero mi estomago parece decir no y él manda a veces.

La última vez que comí un pastel o una galleta hace 1 año. No recuerdo a qué sabe. Solo los veo. Su estructura ha cambiado y creo que cada vez les ponen más cosas, es algo horrible.

¹¹ Más de 2.800 euros

Me duele, la gente en especial psic., y nutriólogos usan mucho este término y otros sinónimos. Es doloroso y difícil de aceptar el término enferma y duele más cuando te lo dice alguien que quieres: tenía un novio muy bueno, todo parecía ir bien, pero siempre me llamaba enferma. Un día bromeando me dijo "que bien te cayó la anorexia... se te saltaron todos los huesos" no se si él sabía de mí o algo pero cuando me dijo eso sentí dolor, mucho dolor... Él hacía la expresión más dura, pero ¿cómo? Que no se suponía que estaba agradando a mi sociedad? Qué mal estaba, no sabía que tenía que agradarme yo misma, este estilo de vida nunca me ha llamado enferma. ¡Al contrario! me ayuda, me hace sobresalir, me hace llorar, reír, se volvió mi refugio y mi amiga, mi única amiga, mi consuelo a veces, cuando mi autoestima cae me lleva con ella, me jala y me hunde si no la salvo, me lleva a un lugar donde otra lucha por mantener su ego arriba y juntas salimos adelante hasta que mi autoestima se eleva de nuevo.

Saliendo de la clínica

En ese lugar subí hasta llegar a los 55 kilos. Saliendo de ahí me daban unas pastillas muy fuertes para aumentar el apetito, pero cuando mi madre me las daba las guardaba en la boca y luego las tiraba. Comencé a regresar a lo mío, a esconder comida, comer en platos cafeteros en un rincón y a solas. Regresé sin amigos, más gorda y fea, y tenía que ser como antes. Pegué mis fotos en mi recámara junto a la de modelos anoréxicas y eso me ayuda mucho. Ahorré mi dinero y el agua comenzó a volverse mi vida y mi comida y las dietas mi alivio. Cada semana tenía una cita para que me pesaran, pero antes tomaba mucha agua y eso aumentaba mi peso solo por ese día. Cuando iba al baño esos kilos desaparecían y así ellos pensaron que estaba bien. Los psic. jugaban con mi mente pero luego yo jugaba con la de ellos haciéndoles creer que la comida era vida. Fue un tiempo duro pero salí y estoy muy feliz eso me hizo más dura y sincera conmigo misma.

Tengo una prima, Gabriela, que me ha ayudado mucho. Vive a dos horas de mi casa, tiene 24 años y es muy buena. Ella se enteró que estaba en este estado por que cuando yo empecé a meterme en todo esto, miraba páginas de pro-ana y no sé si por

curiosidad ella revisaba el historial de la máquina cuando yo me iba y se dio cuenta. Luego miraba las páginas en su compañía. Ella estaba en primer año de medicina y le rogué que nunca dijera nada y no lo ha echo. Cuando me veía desesperada me consolaba y yo la chantajeaba para que me diera una receta para bajar de peso. Le decía que solo así me sentía bien y ella me las daba. Gaby se buscó varios problemas, las recetas no eran de ella puesto que en primer año de medicina aún no están capacitados para recetar o firmar recetas. Así que ella se las robaba a sus maestros, o cuando le tocaba hacer práctica en algún hospital ella las tomaba de ahí. Después yo aprendí a hacerlas por mí misma y en vez de que ella me recetara yo lo hacia (lo hago). Nada más pasaba los nombres de los medicamentos a una receta. Ella tiene mil libros de medicina natural y clínica y de verdad que se me pasa el tiempo leyendo y releiendo toda la información que contienen. A veces compraba solamente la sustancia activa de los medicamentos y los combinaba para hacer el mío y como ya sabia las complicaciones que esto pudiera tenerme pues no lo tomaba mucho en cuenta. Ahora ella está en segundo año, casi tercero y todo sigue igual. Cuando me internaron no fue por su culpa, yo cometí varias tonterías para que se dieran cuenta en casa. Así que no creo que ella haya sido. Cuando salí curada (ja, ja, ja) me dijo que no me ayudaría más. Pero a veces me dice de algunos medicamentos que sirven sin dañar la salud y las proporciones exactas, por eso las recomiendo por Internet, por que estoy segura que si las toman como les digo les ayudará muy bien.

Est-hilo de vida, no me siento una mujer "completa"

Me gustaría continuar bajando de peso hasta llegar a un peso que me haga sentir satisfecha. Pero nunca quedas satisfecha. No hay límites, no hay una realidad. A veces, dependiendo del estado de ánimo, me gusto así, delgada, me siento admirable. A veces no, a veces me hieren las cosas que me dicen o murmuran por las calles: "qué hueso", "qué asco". Por eso a veces no me gusto. No existe un ideal de belleza en este mundo, nunca se termina por estar satisfecha.

No me siento mujer, hace bastante tiempo que no me siento una mujer "completa". Me hacen falta dos cosas, tal vez no necesarias pero sí deseadas. Una es poder tener un hijo; la otra pasar la vida con el hombre que amo. Nunca se sabe

cuándo aman. Tal vez tienen sexo solo por tenerlo, pero yo no lo he tenido desde hace ya un año y más y no quiero tener solo sexo. Quiero sentir algo más. Un sentimiento tal vez, no solo sexo.

Ahora no puedo tener un hijo. No tengo la regla, hace seis meses que no sé qué se siente. Me pone triste, pero si tenerla significa engordar tal vez no la vea nunca y nunca tendré un hijo. Creo que lo que habría dentro de mí se moriría por mi culpa, y tengo bastantes cargos de conciencia como para aumentarle uno más. No lo sé, a veces me pongo a pensar y nunca tendré algo mío a mi lado, algo que nazca de mí. Hay tantas cosas que nunca pasarán y se quedaran ahí... solo escritas.

Tienes que aparentar ser feliz y que la gente no note que sufres por ser delgada. Es tonto ver cómo niñas piden serlo, no aguantarían ni una semana, tal vez todo lo harían mal y morirían más pronto que disfrutar de su esbeltez. Yo he aguantado un año, en algunos momentos tienes más "alegría" que "dolor", en otros te quieres morir ya.

Hay un infierno dentro de este estilo de vida, alguien mentiría si te dijera que por dentro es feliz, pasas hambre. A veces ya no quieres saber nada e intentas desaparecer. Es como un aviso o amenaza: "veme, por que en muy poco tiempo vas a estar muy triste cuando ya no esté", eso se quiere dar a entender. Aparentas ser feliz y haces creer a todo el mundo que no haces nada para bajar de peso, ¡que así naciste! Ja, ja, ja. Pero no, la realidad es que no.

El maldito mundo tiene la culpa de todo, ellos son los que te obligan a ser así. Nadie sabe lo que se siente hasta que la lleva consigo y carga con ella, pero mi cuerpo obeso reflejado en el espejo me dice mucho: "mírate, no eres nada agradable", y la verdad no lo soy. Me da asco ver como alguien puede comer sin pensar en ellos. Hay días que mi cuerpo pide más pero no puedo dárselo, no puedo. Y vomitar... se te va todo cuando vomitas, ¡las esperanzas! Aunque es una manera fácil de deshacerte de toda la porquería que llevas dentro. Desagradable. ¡Los laxantes! no se los recomendaría a nadie aunque puedes bajar 2kg en una noche. Todo eso es lo que hay que saber para sobrevivir aquí, en este odioso mundo. Y si me muero, moriré delgada y feliz y riéndome de toda esa gente gorda.

Esto es el refugio de muchas de nosotras. Aquí encontramos lo que tu familia y la

sociedad no puede darte. Mucha gente dice: "es por llamar la atención" ¡¿Qué?! Nadie se imagina todo esto, ni la gente que cree saber mucho. Todos están en "nada" y siempre seguirán así. Es una lástima por que creen ayudarnos pero nos hacen más daño haciéndonos sentir el gran rechazo que dan a expresar. Es difícil, uno estando así, no conserva lo que tiene, y menos la vida. Prefiero mil veces estar del otro lado sin preocuparme de nada y nadie.

Trabajo

Hay días que quiero dejarlo, me atormento cada día. Hoy peso 46.900 pero me siento fatal. Mi cuerpo sigue haciéndome sufrir y me lastima, quiero comer, comer... y me dice que no y me lleva frente a un espejo para decirme lo mal que me veo. Hoy he estado muy deprimida, he llorado sin saber por qué y he recordado cosas que yo pensaba que habían quedado en el pasado. Fue muy bueno hoy en la tarde ver fotografías mías de hace años, ver como cambio por dentro y por fuera. Nunca les había puesto atención, y son impresionantes. No estoy bien, eso dije y admití yo, por primera vez, pero ya no puedo hacer nada, algo me come por dentro, algo me esta haciendo daño, y ya no creo poder más, ¿por qué? No lo sé, ya no me mando, mi cuerpo ahora reclama y hace lo que le decía y no se siente muy bien.

Mi cuerpo me controla

Mi cuerpo no me permite disfrutar el sabor de la comida, pero aún no me la quita por completo, hay un límite. Mi cuerpo se acostumbró a mí. Cuando yo le decía come, comía, no comas, no comía. Hasta que él se apoderó de mí. Ahora él decide: ¿quieres comer? no comerás. Él sabe que no es perfecto, hay cosas aun por cambiar. No son detalles, son cosas con importancia. Yo no soy un esqueleto aún, todavía hay grasa en mi cuerpo, tal vez no como antes pero la hay y hay que acabar con ella.

Si quisiera cambiar cosas sería mi clavícula, es muy notoria y se ve un poco mal, fue el primer hueso que saltó y se quedo sin carne primero antes que los otros.

Webs Pro-Ana

Son compañeras pero no unas verdaderas amigas. Hay algunas que si se

consideran amigas, creo que se conocen. Pero así como unas van, otras entran. Mi correo por eso se satura tanto... cada día recibo mil consejos de cómo me puedo matar de hambre.

No hay mejores trucos que los que tú experimentas. A unas bulimaréxicas les pueden funcionar unos trucos pero a otras no, son difíciles de adoptar como tuyos. No hay mejor trastorno que verte tú misma en el espejo a ver fotos tal vez procesadas por la web. Mejor trastorno, mejor trauma, mejor foto, mejor enemiga, mejor... tú, tú. Tú eres todo eso. El mejor trastorno eres tú misma, tu apariencia. Tú.

Ayuno, no como, laxantes,... porque es una gran ayuda para mí, por que me da momentos de felicidad y por que si no tomara nada no estaría así. Lo hago porque hay una cantata en mi mente que dice: "¡la comida engorda!". La repito una y otra vez y si tomo agua digo "te pido permiso para..." y si mi conciencia dice que sí entonces: "ya tengo permiso para...". Eduqué a mi cuerpo para que me ayudara a mí cuando dudara de algo. Lo hago porque es satisfacción. La gente te quiere, te admira. También te critica, pero más bien es envidia. Nunca, nadie, jamás... entenderá lo que uno siente y piensa. Todos te critican pero... ¿Qué saben ellos? La gente no escucha. Estoy acostumbrada a que la gente no me escuche. Todo está destinado para que la gente escuche las mismas cosas. En un principio hago cosas para crear desconfianza en las personas hacia mí, trato de caer mal. No me interesa relacionarme con gente tan rápido.

SALUBRIDAD

He tenido que engordar porque el viernes irá SALUBRIDAD a inspeccionar la casa de modelaje en donde estoy. Lo hace cada 6 meses. Antes hacían inspecciones sorpresa, pero se metió una apelación a salubridad por interrumpir espacios privados y se estableció que se hicieran anunciar con anticipación. Cuando llegaban por sorpresa nos sacaban mientras inspeccionaban el lugar... Si ven a una mal nos cierran el teatrillo. Todas estamos muy tensas, las más delgadas no han ido a trabajar por lo mismo y hay chicas que se mantienen de eso y, si no vas, no te pagan y ellas se pagan todo. Es algo difícil.

Cuando pasa esto tienes que subir unos kilos y poner tu mejor cara, te miden, te pesan. Es lo peor. Subir de peso, comer,... en unos días tienes que subir aproximadamente 5 kilos y aparentar que no pasa nada. Es más presión de la que tienes diaria por que en los ensayos hay alguien mirando la mesa de almuerzo. Antes toda la mesa queda igual pero ahora tiene que quedar la mitad para que vean que no hay ningún tipo de desorden.

A algunas nos han hecho exámenes de sangre y de masa muscular y así se dan cuenta de quien toma medicamentos y quien no. Interrumpes todo tu estilo de vida diario por... ¡ELLOS!

Siempre traen aparatos nuevos. Llamam a todo el grupo pero te escogen según

te vean normal o anormal (claro, ellos consideran que es una casa de modelaje y que hay cuerpos delgados pero hay unos que son aun más delgados) te van escogiendo y te llevan a un cuarto donde hacen mil cosas contigo, hay algunas que nos han catalogado como delgada por herencia o delgada a la fuerza. A mí me hicieron exámenes de sangre al instante y notaron los medicamentos que ingería (Redotex, Excipiente BC, NF,...) y como ellos saben, son medicamentos para reducir peso y tallas y te llevan a clínicas donde te hacen cumplir un determinado tiempo de ingesta para regresar a la casa de modelaje con un peso ideal al modelaje. Si no lo haces te impiden regresar, te fichan de anormal para ese estilo de trabajo y en cualquier empresa te cierran las puertas (ninguna compañía quiere problemas aunque sus ventas aumenten con tu persona) y de repente ya no hay trabajo para ti de ese tipo así que o comes y subes de peso o te olvidas de modelar.

Lo hacen para cerrar casas de anoréxicas en México o al menos así las llaman ellos. Según ellos es malo dar una imagen a la sociedad de gente delgada y bonita. No saben que ellos nos han impuesto este maldito molde.

Cuando hayan acabado la inspección todo regresará a la normalidad y volveremos a trabajar igual, solo que con la presión de bajar esos kilos de más.

Deseo

Pienso que ya es hora de sacar muchas cosas que llevo dentro. A veces quiero gritar por ayuda pero a veces quiero morirme. Según salubridad es malo dar una imagen a la sociedad de gente delgada y bonita sin saber que ellos nos han impuesto este maldito molde. A mí me gustaría que fuera diferente, un mundo donde los dos sexos valgan por igual y que tengan que preocuparse uno y el otro por atraer una persona del sexo opuesto. El físico se ha vuelto algo que muchos ven como atractivo principal. Desprecio este sistema, tal vez sea ya por costumbre que lo desprecio. Lo desprecio porque me ha hecho sufrir, porque me ha hecho vivir más rápido... pero no hay más que resignarse. ¿A dónde voy a ir? Una persona no cambia años de educación de otra. Una sola no mueve países, yo no puedo hacer todo, más que aceptarlo como VIDA si así se le puede llamar a esto y si sigo aquí es ¡porque no tengo a dónde ir! Tengo 17 años, no puedo hacer nada.

Cinco de cada diez mujeres se preocupa por su peso. Las otras cinco se dejan llevar. Es un valor que no cuenta porque no están ni preocupados por hacer algo ni tampoco se adaptan. Yo ahora pienso que me examinaría a mi misma y como mi mente y yo vemos eso, ahora por supuesto mi mente me dice: "delgada es lo mejor" pero si hubiera sabido el infierno que es esto... yo diría: "peso ideal = a felicidad", ahora es demasiado tarde, ya no me mando yo, me manda la gente que dice que soy gorda, me manda mi cuerpo que reclama no comer... ya no soy yo, soy un estereotipo más. La sociedad me afectó al estar en una casa de modas, me ofreció una vida mejor a cambio de CASI nada, me dio un futuro bueno (aunque sea por poco tiempo), me afectó, me vi presionada. Yo escogí una vida de lujos y de independencia (hasta cierto punto) y si eso me está costando... pues nimodo, ya no hay mucho por hacer, ya nada me puede hacer cambiar de opinión. La sociedad tendrá que vernos así y pasaremos de ser unas enfermas a ser un estilo de vida.

Mi madre trabaja en salubridad. Si mi madre quisiera revisaría mis expedientes y mis notas de los medicamentos con solo apretar una linda y tonta tecla de la computadora que dice "ctrl + look". Ella conoce mil médicos, a mil gente. Vivo en un mugre pueblo, "pueblo chico, infierno grande" y vaya si ha sido así. La mayoría de los médicos me conocen por mi madre, pero los especialistas casi no, tal vez por eso me tratan tan mal.

A mí me gustaría que mi madre no trabajase ahí. Me gustaría que los médicos fueran más que gendarmes un amigo en el que pudieras confiar para salir adelante.

Hay de todo: risas, tristezas y llantos así es "como la vida de Cualquiera... y yo, soy Cualquiera" eso, no entienden, es lo interesante de cualquier vida, es parte de la vida.

FIF

Cada que me desespero, tomo una aguja para coser a mano, de las chiquitas plateadas... y la froto en una parte de mi piel hasta formar las iniciales FIF¹². Así se me quita el hambre, por que mi mente se centra en la sangre que corre y no en la comida que hay en la nevera para preparar. Ya tenía mucho que no lo hacía. Es sólo que mi

¹² Food Is Fat (Comida Es Gordura)

desesperación ha regresado y también he vuelto a vomitar. No he podido bajar los kilos aumentados por la salubridad y me siento fatal.

Salubridad ha venido todos los días, pero César me vio las heridas y prefirió dejarme en casa. Me ha regañado diciéndome que mi imagen es lo único bello que tengo y que si la voy a echar a perder por las malditas agujas que me valla. Pero él me quiere delgada y eso me ayuda. Ayer estaba muy triste, vaya, aun lo estoy y no sé que hacer, ya no puedo más. Me estoy cayendo.

POST SCRIPTUM

¿Y Después...?

¿Y después? Vaya, realmente estoy pensando qué pasará después, me he quedado sin algunas cosas, tal vez las más importantes... siento como si mi mundo ahora estuviera cayendo, como si ya no hubiera nada por qué salir adelante... pero ¿saben? Nunca pensé que resultaría algo bueno de esto.

Llamé a Samantha hace unos días, no he podido verla por cuestiones de tiempo pero sé que ella sabrá qué hacer conmigo, me ha dicho por teléfono que tal vez ella pueda hacer mucho. Dice tenerme una sorpresa que aun no sé qué es pero creo y siento que eso cambiará mi vida... por ahora... quiero cambiar, ¿por qué? Bueno, no pienso dejar mis antiguas costumbres, son parte de mí y me siento sola si no las llevo conmigo, pero quiero cambiar, me quiero dar un descanso en varias cosas y quiero hacer otras nuevas, a lo mejor, las cosas que hacia se han vuelto muy monótonas y aburridas... tal vez las cosas que he perdido las he dejado por alguna razón. Quiero cambiar física, mental y sentimentalmente. ¡Wow! Creo que esta última había estado olvidada hace mucho, no había tenido tiempo de ver qué siento en realidad y hacia quién van dirigidos esos sentimientos... ¿amor? Mmm... vaya, no ha circulado esa palabra por bastante tiempo en mí, tal vez debería regresarla a mí.... sí, eso es.

Dejaré esos vestidos, esos lugares lujosos, esos banquetes (sin comer nada) esa atención de otros, dejaré que el mundo no me vea por un segundo.

Y bueno, el tiempo seguirá pasando y habrá cosas que vendrán y otras que se irán así como otras que dejaré...

Hay más tiempo que vida... y hay miles de estrellas que esperan a ser vistas...

Erika

Conclusiones

Sobre la experiencia y el método de las narrativas

La acción es creación, quitar al personaje del contexto es quitarle su capacidad dramática, y sin drama no hay acción. Hablar de experiencia implica rescatar la posibilidad de agencia de las personas, la capacidad transformadora, de redefinición y cambio permanente.

Siguiendo a Burkitt (1999), el término experiencia nos remite directamente a un contexto de significados pragmáticos. La experiencia comprende el lenguaje como un juego, una forma de hablar que rescata el sujeto en su posición vital. Hablar de experiencia quiere decir subjetividad, describe sentimientos, motivaciones y reacciones de los sujetos tal y como han vivido el contexto inmediato donde se encontraban.

El método de investigación que utilizamos para recoger las experiencias de las modificaciones corporales escogidas es la producción conjunta de narrativas.

Sabemos que el discurso científico es producto de unas relaciones de poder y, por esta razón, queremos que sean las propias protagonistas las que puedan expresarse y que nos cuenten sobre sus interacciones sociales, sus experiencias y su capacidad de reposición vital. La relación equipo-investigador/equipo-participantes que proponemos no pretende ser un instrumento para “dar voz” ni tener voluntad de representación. Es una cuestión de ética, son las personas las que viven su experiencia en primera persona y, por lo tanto, las que nos pueden hacer inteligible desde su punto de vista, su historia, la forma en la que entienden su modificación corporal, las relaciones con su cuerpo, sus deseos,...

Recuperando una epistemología feminista, las subjetividades, divididas y contradictorias, representan unas posiciones de privilegio cuando queremos cuestionar posiciones y formas de entender la realidad social. La división trata de multiplicidades heterogéneas, las cuales son simultáneamente necesarias e incapaces de ser clasificadas en niveles isomórficos de listas acumulativas. La topografía de la subjetividad es multidimensional, tanto como los puntos de vista. El self que conoce es

siempre parcial, nunca terminado. Con esto, no queremos decir que ontológicamente los significados de los informantes sean más adecuados y objetivos para analizar el mundo. Más bien que, al ser analizados desde una posición parcial, se puede llegar a obtener un conocimiento más responsable. La comprensión de la complejidad de las interacciones entre dominación, sexualidad, género y subjetividad sólo puede hacerse con una mirada que focalice en lo local, lo específico y lo material. <<El poder, el saber y las subjetividades se producen en circunstancias materialmente heterogéneas>> (Law; Hetherington, 2001)

Utilizar el método de las narrativas también tiene una voluntad política de cambio. Por este motivo creemos que es interesante esta metodología, ya que nos permite, por un lado, que sean las personas protagonistas las que dan forma a su discurso, por otro lado, identificar las posibles especificidades de cada modificación corporal.

En comparación con otras metodologías cualitativas

Tanto los grupos de discusión como las entrevistas nos dejaron un sentimiento de incomodidad “positivista”. Tanto en los grupos de discusión como en las entrevistas, se realiza una transcripción literal de lo dicho en las reuniones. Esta transcripción deviene, entonces, el material de análisis sobre el cual el investigador va a dilucidar cuál es la estructuración de sentido de tales transcripciones sobre un tema en concreto. Al realizar este ejercicio, el investigador impone su marco teórico previo a los materiales de trabajo casi falseando o reafirmando unos conceptos previos. Esto implica que:

1. Los informantes pierden toda su agencia en el discurso producido y las transcripciones serán utilizadas para respaldar o desmentir unos conceptos previos.
2. La estructuración de sentido resultante de este tipo de estudios es la del investigador, que no necesariamente debe ser la de los informantes.
3. Existe una división rígida entre material empírico y teórico y no existe un espacio para la reformulación de los conceptos teóricos (o introducción de nuevas teorías) a partir de la experiencia cotidiana de los propios informantes.

Hemos optado así por el uso de las narrativas como método de investigación social. Mediante sucesivos encuentros, la producción de narrativas como instrumento de

investigación consiste en la producción de un texto entre el informante y el investigador. La narrativa es texto que intenta recoger la estructuración de sentido del informante sobre un tema concreto y sobre el cual el investigador debe realizar sucesivos cambios hasta que el informante se vea en ella plenamente reflejado.

Se establece un guión de entrevista con unos temas relevantes resultado de una revisión teórica previa. A partir de este momento, se realizan diferentes entrevistas entre investigador e informantes para que estos opinen y dialoguen sobre los temas concretos. Este proceso da lugar a la producción de un texto por parte del investigador que debe retornar a los informantes para que den su conformidad sobre lo escrito. El texto se da por terminado cuando exista un acuerdo entre investigador e informante sobre el contenido y forma de lo producido.

La producción de narrativas se ejecuta sobre la base de unos criterios operativos fundamentales sobre los cuales reside su validez como instrumento de investigación social:

1. La narrativa se basa en la noción de actor social como persona que construye sentido y significados de la realidad en la que se encuentra. Con ellos, comprende e (inter)actúa con otros actores sociales dentro de su mismo contexto social.
2. La narrativa, en consecuencia, nace de una ignorancia consciente por parte del investigador quien, lejos de suponer que conoce el sentido que los individuos dan a sus actos, se compromete a preguntar directamente a los interesados, de tal forma que puedan expresarse en sus propios términos y con la suficiente profundidad para recoger la riqueza de significados.
3. Por lo tanto, la batería de preguntas no puede quedar fijada por lo concerniente al contenido, orden o formulación ya que esto supondría que se conoce a priori el significado, la jerarquía de valores del entrevistado. Por esta razón, la narrativa adopta un talante no directivo de conversación.
4. Esto implica olvidar que existe un “manual de consulta” y, por parte del investigador, un acercamiento gradual a la estructuración de sentido del propio informante sobre la realidad social sobre la que se está hablando.

5. Esta estructuración de sentido que poco a poco se va construyendo y negociando en la conversación deviene un marco de referencia flexible sin rigidez premeditada.
6. El investigador debe tratar de establecer una relación personal con sus interlocutores, avanzando lentamente al inicio, formulando inicialmente preguntas poco directivas y aprendiendo lo que es importante para el entrevistado antes de enfocar claramente el objeto de investigación
7. El entrevistador, en el decurso de la narrativa, se irá interesando más por significados que por hechos, más por sentimientos que por conocimientos, más por interpretaciones que por descripciones. El informante será, entonces, un sujeto apasionado, partidista y posicionado que habla desde una posición determinada.
8. Lo que busca el entrevistador es el posicionamiento sobre una situación social determinada que no forzosamente debe coincidir con el marco teórico previamente construido. Se pretende buscar la riqueza subjetiva de un hecho social, que puede ser la misma o no que la del entrevistador.

La realidad social sobre la que la narrativa opera no es una realidad de primer orden (un conjunto de propiedades atribuibles en un proceso de interacción social inminente¹³), sino una realidad de segundo orden (discursos que reflejan universos intersubjetivos, en los que el sentido y la significación de las cosas es producto de una comunicación dirigida¹⁴). Es decir, que la narrativa en sí misma no es la realidad social estudiada pero sí la representa mediante la discursivización de imaginarios sociales o universos simbólicos que aportan orden a la experiencia subjetiva de los individuos en una sociedad. Los imaginarios sociales son emergentes y constituyen los marcos de referencia que limitan las formas de pensar individuales, poniendo en relación la sociedad en general con las actuaciones individuales.

Las narrativas, entonces, tienen su lógica en el estudio de los discursos, teniendo en cuenta que estos se presentan como formas de enunciación por combinaciones de signos, gracias a los cuales los actores sociales pueden utilizar el código lingüístico

¹³ Ir al médico, por ejemplo.

¹⁴ Hablar de una visita al médico durante los diversos encuentros de la narrativa o cualquiera otra situación social que no sea realizar aquella sobre lo que se está hablando.

para interaccionar con otros actores sociales.

Para captar estos discursos, imágenes y construcciones simbólicas, las narrativas se presentan como un dispositivo de producción de texto en situación de interacción comunicacional interpersonal. Tal interacción no es solamente una producción de discursos “objetivos”, estables y analizables desde una racionalidad matemática. En lo contrario, al inducir a un clima de interacción social (entrevistada/entrevistadora) y socialización de una experiencia común (hablar de un mismo tema: la medicalización, postmodernidad, género, movimientos sociales...) es capaz de suscitar representaciones simbólicas sensibles y concretas que sobrepasen la dimensión de respuesta psicológica individualizada, adentrándonos en universos simbólicos grupales.

La narrativa implica un proceso de comunicación dentro del cual los actores (informante y entrevistador) pueden influirse mutuamente dando lugar a un relato final sobre la experiencia compartida de un tema en concreto. La narrativa implica un esfuerzo de inmersión por parte del entrevistador delante del informante que asiste activamente a este ejercicio de reposición vital. La narrativa, en este sentido, es un instrumento de indagación que intenta poner de manifiesto la estructuración del sentido del relato conjunto producido.

Como técnica de investigación, consideramos que el uso de las narrativas tiene varias ventajas para la investigación social:

- Flexibilidad: en comparación con otras técnicas, las narrativas nos permiten indagar y reformular gran variedad de temas por no limitarse a un único encuentro con los informantes.
- Emergencia de discursos que no proceden directamente de la construcción teórica de la pregunta del estudio.
- Interacción interpersonal: la situación de socialización compartida de un tema tanto por parte del informante como del entrevistador crea una relación cercana y privilegiada para la emergencia de discursos (mediante imaginarios sociales) no presentes en el marco teórico.
- Proporciona al investigador la oportunidad de clarificación y seguimiento de preguntas y respuestas en un marco de interacción más directo, personalizado y

flexible que en una entrevista. Esto permite dar agencia a la informante en la creación de un discurso donde ella es el principal protagonista.

- El estilo abierto de esta técnica permite la obtención de gran riqueza informativa en el lenguaje originario de los informantes

En conclusión, el estudio de la realidad social mediante el uso de narrativas nos resuelve dos de nuestras preocupaciones principales ya que:

1. Nos permite establecer unos objetivos claros de investigación mediante la no división rígida teoría/praxis y el desarrollo paralelo de investigación empírica y construcción de marco teórico. Nos permite construir una pregunta coherente entre teoría y realidad social.
2. Nos permite abordar la producción de significados tal como surgen en su contexto originario. Nos permite recoger la heterogeneidad de significados de su práctica cotidiana que los informantes pueden aportar
3. Muchos de estos significados importantes para los informantes son emergentes en el transcurso de la investigación empírica y no presentes en la construcción del marco teórico. Eso nos permite un proceso de enriquecimiento de dicho marco teórico a partir de la inclusión de tales significados emergentes. Es, en definitiva, el propio informante que tiene parte activa en el desarrollo de la investigación.
4. No se establece una gradación de importancia entre la narrativa producto del informante y el análisis realizado por la investigadora ya que ésta se considera una narrativa más que habla sobre el mismo tema.

Bibliografía

- Burkitt, Ian, 1999, *Bodies of Thought. Embodiment, Identity and Modernity*. London: Sage.
- Denzin, N.K. y Lincoln, Y.S. (1994): *Handbook of qualitative research*. Londres. Sage.
- Law, J. y Hetherington, K. (2001) 'Materialities, Spatialities, Globalities', published by the Department of Sociology, Lancaster University at: <http://www.comp.lancs.ac.uk/sociology/soc029jl.html>
- Moser, I. and J. Law (1998). "'Making Voices': Disability, Technology and Articulation."

paper presented to Politics of Technology, 1998 NECSTS Workshop, Maastricht, Netherlands, 13-16th May, 1998.